

Hükûmet önlemleri gevşetiyor

Ulusal önlemlere hâlâ ihtiyaç var. Önümüzdeki haftalarda yüksek enfeksiyon oranları bekleniyor, ancak toplum olarak virüsü daha iyi tolere ediyoruz. Bu nedenle, birkaç hafifletme uygulamak mümkündür.

- Tedbirleri kolaylaştırdığımızda çocuklara, gençlere ve iş yerlerine öncelik veriyoruz. Örneğin çocuk ve gençlik sporlarında daha fazla aktivitenin önünü açıyoruz. Liselerde ve yetişkin eğitiminde yeşil önlem seviyesi ve anaokulları ve ilkokullar için sarı önlem seviyesi uygulanmasını öneriyoruz. Belediyeler enfeksiyon durumlarına göre uygun olan önlem düzeyi uygulanmasına karar verebilirler. Aynı zamanda karantina kurallarını gevşetiyoruz ve belediyelerden kaynaklarını enfeksiyonun en yaygın olduğu yerlere öncelik verecek şekilde kullanmalarını istiyoruz, diyor Başbakan Jonas Gahr Støre.

Hükûmetin önlemlere yönelik uyarlamaları, Sağlık Müdürlüğü ve Halk Sağlığı Enstitüsü'nün tavsiyelerine dayanmaktadır. Hükûmet tedbirlerin düzeyini sürekli olarak değerlendirmekte, ancak Şubat ayı başında tekrar yeni, kapsamlı bir değerlendirme yapacaktır.

Omicron durumu hakkında daha fazla genel bilgiye sahibiz

Halk Sağlığı Enstitüsü, ileride enfeksiyon sayısının artacağını beklemekte, ancak virüsün ciddi hastalığa daha az neden olduğunu belirtmektedir. Aynı zamanda, önümüzdeki haftalarda daha fazla kişinin hastalanmasıyla birlikte hastaneye yatırılan kişi sayısı artabilir.

- Artık pandeminin yeni bir aşamasına geldik. Omicron'un ciddi hastalığa daha az neden olduğunu ve hastaneye yatırılma olasılığının azaldığını biliyoruz. Son dört haftada bir milyondan fazla Norveçli aşılandı ve hızlı testlere erişim arttı. Aşılar ciddi hastalıklara karşı çok iyi koruyor, diyor Başbakan.

Kapasite sıkıntıları

Omicron nedeniyle oluşabilecek bir kış dalgasının durdurulması ne mümkündür ne de hedeflenmektedir. Hâlâ rakamlarla ilgili bir belirsizlik olsa da, hasta sayısı, hastalık nedeniyle devamsızlık oranı ve sağlık hizmetleri üzerindeki yük artacaktır.

Kış boyunca mücadelemiz, öncelikle salgını yavaşlatmakla ilgili olacaktır - bunu mümkün olduğu kadar az müdahale ederek gerçekleştireceğiz. Sağlık ve bakım hizmetlerinin ve toplumun üzerindeki yükün çok fazla olmaması için aynı anda çok sayıda insanın hastalanmasından kaçınmalıyız.

- Bu nedenle, Sağlık Müdürlüğü ve FHI, önlemlerin çoğunun kalması gerektiğine inanmakta, ancak biraz hafifletme uygulanmasını tavsiye etmektedir. Önemli olan, enfeksiyon kontrol önlemlerinin toplamının kontrolün sürdürülmesine katkıda bulunmasıdır, diyor Sağlık ve Bakım Hizmetleri Bakanı Ingvild Kjerkol. Şu anda yapılmakta olan değişiklikler ülke çapında geçerlidir. Belediyeler hâlâ yerel çapta daha katı önlemler almaya, veya bunları devam ettirme fırsatına sahiptir.

Hastalık izni ve karantina kurallarında değişiklikler

Hükûmet şimdi TISK stratejisinde bazı değişiklikler yapıyor. Örneğin karantina kurallarını, testlerin büyük ölçüde karantinanın yerini alabilmesi için değiştiriyoruz.

- Önümüzdeki birkaç ay içinde birçoğumuz enfekte olacak ve hastalık devamsızlığı yüksek olacak. Tüm şirketler ve işletmeler buna hazırlıklı olmalıdır. Zorlu bir durumda mümkün olduğu kadar normal bir şekilde çalışmamızı sürdürebilmemiz için planlar yapılmalıdır. Hükûmetin şu anda enfeksiyon karantinası (smittekarantene) gereksiniminde yaptığı değişiklikler, toplumda çok fazla enfeksiyon olmasına rağmen, daha fazla insanın normal bir şekilde yaşayabilmesine katkıda bulunacaktır, diyor Sağlık ve Bakım Hizmetleri Bakanı.

- TISK hakkındaki ayrı basın bültenine bakınız.

Saat 23'e kadar alkol servisi yapılacak

Hükûmet, Sağlık Müdürlüğü ve Halk Sağlığı Enstitüsü'nün tavsiyelerini takiben Aralık ayı ortasında ulusal bir içki servisi yasağı getirmişti. Yetkililer şimdi bu tedbirin hafifletilebileceğine inanıyor.

- Şimdi alkol servisi yapılmasına izin veriyoruz, ancak içki servisinin saat 23.00'te sona ermesi gerekiyor. İçki servisinin masalara yapılması, müşteriler arasında daha az hareket olmasına katkıda bulunacak ve enfeksiyon kontrolünü sağlayacaktır, diyor Kjerkol.

- Korona sertifikasıyla ilgili ayrı basın bültenine bakınız.

Ulusal önlemler şunlardır

14 Ocak Cuma gece yarısından itibaren geçerlidir. Anaokulları, okullar ve okul sonrası aktiviteleri (SFO) ile ilgili değişiklikler, 15 Ocak Cumartesi gece yarısından itibaren geçerlidir. Tedbirler Şubat ayı başında yeniden değerlendirilecektir.

Genel enfeksiyon kontrol uygulaması tavsiyesi

- İyi el ve öksürük hijyeni uygulayın
- Aşı olun
- Hastalık durumunda evde kalın

- Yeni başlayan solunum semptomlarınız varsa Covid-19 testi yaptırın

Mesafe ve sosyal temas

- Herkesin, hane halkı ve benzer şekilde yakın temaslı kişiler dışındaki kişilerle aralarına 1 metre mesafe koyması tavsiye edilir.
- Anaokulu ve ilkokuldaki çocuklar için 1 metre mesafe tavsiyesi geçerli değildir.
- Mesafeye ilişkin tavsiye, çocuklar, gençler ve hassas gruplarla çalışan yetişkinler için geçerli değildir.
- Herkes toplam kaç yakın temaslı olduğunu düşünmelidir.
- Yakın temasların sayısını azaltmanız, ancak kendinizi izole etmemeniz tavsiye edilir.
- Evde kendi hane üyelerinizden başka 10'dan fazla misafiriniz olmamalıdır.
- Anaokulu çocukları ve ilkokul öğrencileri (kendi kohortları) sayı sınırlaması tavsiyesinden muaftırlar.
- Hane halkı üyesi olmayan, veya benzer şekilde yakın temaslı kişilerle aynı odada kaldığınız durumlarda iyi havalandırma/vantilasyon yapılması tavsiye edilir.
- Mümkün olduğu zaman başkalarıyla dışarıda buluşmanız tavsiye edilir.
- Tokalaşmaktan kaçınmanız tavsiye edilir.
- Ciddi hastalık riski olan kişiler ve aşılammamış yetişkinler kendilerini korumalı ve özellikle şunlara dikkat etmeli veya bunlardan kaçınmalıdırlar: Büyük toplantılar ve mesafeyi korumanın zor olacağı önceden bilinen restoranlarda toplanılması ve enfeksiyon seviyesinin çok yüksek olduğu bölgelere gereksiz seyahatler. Ancak bu grup izole edilmemelidir. Bir dereceye kadar sosyal temasları olması önemlidir.
- Tıkanıklık durumunda toplu taşıma araçlarının kullanılmaması tavsiye edilir.

Maske

- Mağazalar, alışveriş merkezleri, restoranlar, toplu taşıma araçları, taksiler ve kapalı istasyon alanlarında, en az 1 metre mesafe bulundurmanın mümkün olmadığı durumlarda zorunlu maske kullanımı. Bu talimat, fiziksel engeller kullanılmadığı sürece, çalışanlar için de geçerlidir.
- Restoranlarda masada otururken yüz maskesi takma zorunluluğu yoktur.

Organize spor ve boş zaman aktiviteleri

- Boş zaman aktiviteleri mümkün olduğunca açık havada gerçekleşmelidir.

20 yaşın altındaki çocuklar ve gençler:

- Açık hava aktiviteleri normal şekilde yapılabilir.
- Önerilen grup büyüklüğü, iç mekanlarda yaklaşık olarak 20 kişi veya sınıfa / kohorta göre
- İç mekân aktiviteleri, gerektiğinde temaslı olarak gerçekleştirilebilir.

20 yaşından büyük yetişkinler:

- İç mekânlarda en fazla 20 kişi ve 1 metre mesafe tavsiye edilir. Yoğun eğitim sırasında 2 metre mesafe için düzenlemeler yapılmalıdır.
- Yetişkinler, gerektiğinde temaslı şekilde, her zamanki gibi açık havada egzersiz yapabilirler.
- Enfeksiyon kontrol önlemleri ile, üst düzey sporlar normal şekilde yapılabilir.

Anaokulları, okullar ve okul sonrası aktiviteleri

- Anaokullarında, ilkokullarda, ortaokullarda ve okul sonrası aktivitelerinde (SFO'larda) uygulanan sarı önlem düzeyi gerektiren ulusal yönetmelik artık geçerli olmayacaktır.
- Liselerde kırmızı önlem düzeyi gerektiren ulusal yönetmelik artık geçerli olmayacaktır.

- Kurumların hâlâ enfeksiyon kontrol önlemleri açısından savunulur bir şekilde işletilmesi istenmektedir.
- Yerel çaptaki enfeksiyon durumunun gerektirdiği yerlerde anaokullarında ve ilk ve ortaokullarda ulusal çapta sarı önlem düzeyi uygulanması tavsiye edilmektedir, ancak belediyelerin yerel duruma göre kendi değerlendirmelerini yapması gerekir.
- Liselerde ve yetişkin eğitiminde yeşil önlem düzeyi uygulanması tavsiye edilmektedir, ancak belediyeler yerel duruma göre kendi değerlendirmelerini yapmalıdırlar.
- Okullarda ve anaokullarında düzenli testler, enfeksiyon oranının yüksek olduğu bölgelerde daha fazla kullanılacaktır.
- Belediyelerden enfeksiyon durumundaki gelişmeyi takip etmeleri ve önlem düzeyini gelişmeye göre uyarlamaları istenmektedir. Anaokulları ve okullar, daha katı tedbirlere hızlı bir geçiş için hazırlıklı olmalıdırlar.

Yüksek öğretim

- Enfeksiyon kontrolü tedbirleri açısından savunulur bir şekilde işletilme şartı devam etmektedir.
- Yüksekokulların, üniversitelerin ve meslek okullarının yüz yüze eğitime daha fazla olanak sağlamaları tavsiye edilir.
- Genel enfeksiyon kontrol tedbirleri tavsiyelerine uyulması öngörülmektedir: havalandırma, mesafe ve semptomlar halinde evde kalma.
- Testlere yeterli erişim olması koşuluyla, öğrencilerin düzenli olarak test edilmesinin kolaylaştırılması tavsiye edilir. Testler öğrencilere dağıtılmalı ve kampüste testlere erişim kolay olmalıdır.
- Sınıflardaki daha küçük gruplar / problem çözme çalışmaları / seminerler, aralarında 1 metre mesafe olacak şekilde en fazla 30 kişi ile sınırlandırılmalıdır. Mesafe önerisinden, öğretimin uygulanması için gerekli olması halinde sapılabilir.

- Daha büyük oditoryumlarda öğretim için, belirli, sabit oturma yerleri bulunan halka açık etkinliklerdeki sayı sınırı ve enfeksiyon kontrolü açısından kabul edilebilir faaliyet şartı geçerlidir.

İş hayatı

- İşverenlerin, pratik açıdan mümkün olan durumlarda ve çocuklara ve savunmasız gruplara bakmak gibi iş yerindeki önemli ve gerekli hizmetlerden ödün verilmediği takdirde, çalışanların evden çalışmalarını sağlama zorunluluğu vardır.
- Evden çalışma ve maske kullanımı tavsiyesi, bunun, çalışanların hassas gruplara, çocuklara ve gençlere yönelik gerekli ve kanunen zorunlu olan görevleri yerine getirmesini engelleyecek şekilde olduğu durumlarda geçerli değildir.
- 1 metre mesafenin korunması tavsiye edilir.
- Bölmeler veya benzer fiziksel engeller kullanılmadığı sürece, mesafeyi korumak mümkün değilse maske kullanılması tavsiye edilir.
- İş hayatının izleyici odaklı bazı bölümlerinde maske kullanma zorunluluğu getirilmiştir. Aşağıdaki "Maske" başlığı altında yer alan açıklamaya bakınız.
- Ev halkından ve benzer yakınlığa sahip olmayan kişilerle uzun süre aynı odada kalınan durumlarda iyi havalandırma yapılması önerilir.

Etkinlikler ve toplanmalar

- Enfeksiyon kontrolü, mesafe ve maske şartı bulunmaktadır.
- Katıldığınız sosyal toplanmaların ve etkinliklerin sayısını kısıtlı tutun
- Halka açık bir yerde, ödünç alınmış veya kiralanmış tesislerde yapılan özel etkinlikler/toplanmalar:
Kapalı mekânlarda: En fazla 30 kişi, anma töreninde en fazla 50 kişi.
Açık alanda: En fazla 50 kişi.
Kapalı mekânlarda katılımcılar için maske kullanma zorunluluğu vardır.
- Kapalı mekânlardaki halka açık etkinlikler:
Tahsis edilmiş sabit yerler olmadan: En fazla 30 kişi.

Tahsis edilmiş sabit yerler olduğunda: En fazla 200 kişi.
Katılımcılar için maske kullanma zorunluluğu vardır.

- Farklı yerlerden 20 yaş altı çocukları ve gençleri bir araya getiren organize boş zaman etkinlikleri ile ilgili kapalı mekânlardaki etkinliklerin ertelenmesi veya iptal edilmesi tavsiyesi yoktur.
- Takım sporları için turnuvalar, kupalar vb. değil, yalnızca tek tek maçlar yapılması önerilir. Bireysel yapılan sporlar için, müsabakalarda gruptaki kişi sayısının sınırlandırılması tavsiye edilir.
- 20 yaş altı çocuk ve gençlerin faaliyet gösterdiği kapalı alanlardaki halka açık kültür veya spor etkinliklerindeki sporcular ve olası destek personeli, etkinlikte bulunabilecek toplam kişi sayısına dahil değildir.
- Kapalı alanlardaki kültür ve spor etkinliklerinde sporcular, mesafe şartından muaftırlar.
- 20 yaş altı çocuklara ve gençlere yönelik düzenlenen kültür, spor ve boş zaman etkinlikleri bağlamında düzenlenen açık hava etkinlikleri, katılımcılar için sayı sınırı olmaksızın ve gerekli sayıda yetişkin olduğu halde gerçekleştirilebilir. 100'den fazla kişinin bulunması halinde, lavabo ihtiyacı hariç, ortak kullanım alanları veya kapalı mekânların katılımcılar tarafından kullanılması için düzenleme yapılamaz.

Toplu taşıma

- Kalabalık olması halinde toplu taşımanın kullanılmaması tavsiyesi.
- 1 metre mesafenin korunamaması halinde maske kullanılması zorunludur.
- Taksilerde hem yolcu hem de sürücü için maske kullanılması zorunludur.

Yemek ve içki servisi yapılan yerler

- Alkol servisi ruhsatı olan yerlerde saat 23.00'te alkol servisi kesilir, ve kişi alkol servisi yapılan yerde en geç saat 23.30'da alkol içmeyi bırakmak zorundadır.
- Alkol servisi masalara yapılmalıdır.

- İşletme, herkesin ev halkı ve benzer yakınlığa sahip kişiler dışındaki kişilerle 1 metre mesafe koruyabilmesini sağlamalıdır.
- Bir metre mesafe buldurmanın mümkün olmadığı yerlerde maske kullanma zorunluluğu vardır, ancak bu masadayken geçerli değildir.
- Onay veren müşterilerin iletişim bilgilerinin kaydedilmesi zorunludur.

Karantina ve test

- Enfekte olan kişinin yakın temaslı olan aile fertleri ve benzeri yakınları, son temastan sonraki 10 gün boyunca temaslı karantinasında olmak zorundadır.
- Bu kişiler en kısa sürede kendi kendine test kiti, sağlık çalışanları tarafından yapılan antijen hızlı testi veya PCR testi ile test olmak zorundadırlar. Yakın temastan sonra en erken 7. günde yapılan böyle bir testin negatif çıkması durumunda karantina sonlandırılabilir.
- Karantina zorunluluğu, son üç ay içerisinde Covid-19 geçirmiş kişiler için geçerli değildir.
- Karantina zorunluluğu, yakın temastan en az 1 hafta önce güçlendirici aşı dozu yaptıran ve yakın temastan sonra 7 gün boyunca her gün kendine test kiti, sağlık çalışanı tarafından antijen hızlı testi veya gün aşırı PCR testi ile kendini test eden kişiler için geçerli değildir.
- Ayrıca toplum için kritik öneme sahip personel gibi gruplar için bazı özel istisnalar mevcuttur.

Diğer yakın temaslıların karantina zorunluluğu yoktur, ancak yakın temastan 3 gün sonra test yaptırmaları ve 2 gün sonra (5. günde) yeni bir test yaptırmaları önerilir. 10 gün boyunca belirtilere karşı daha dikkatli olun. Belirtiler halinde: Evde kalın ve kendinizi test edin.

TISK hakkındaki özel, çevrimiçi habere bakınız.

Enfeksiyon kontrolü açısından uygun faaliyet

- Enfeksiyon kontrolü açısından uygun faaliyet, aynı haneden ve buna eşit derecedeki kişiler hariç herkesle en az 1 metre mesafe bulunmasını sağlama ve işletmenin iyi bir hijyen, iyi bir temizlik ve havalandırma için rutin oluşturma şartını içermektedir.
- Anaokulları, okullar ve diğer eğitim ve öğretim faaliyetlerinin enfeksiyon kontrolü açısından uygun şekilde yönetilmesi zorunluluğu getirilmiştir.
- Eğlence parkları, kapalı oyun parkları, oyun salonları ve benzeri yerler kapalı tutulmalıdır.
- Yüzme havuzları, yüzme tesisleri, spa tesisleri, otel havuzları ve spor salonları, kapalı alanda grup antrenmanları sırasında en fazla 20 kişi için açık tutulabilir.
- Aşağıdaki işletmeler, açık kalmak için enfeksiyon kontrolü açısından uygun faaliyet göstermelidir: Kütüphaneler, bowling salonları, müzeler, tombala salonları, yüzme havuzları, yüzme tesisleri, spa tesisleri, otel havuzları, spor salonları, alışveriş merkezleri, mağazalar, ticaret fuarları, geçici pazar yerleri ve benzeri yerler.
- Kütüphaneler, müzeler, mağazalar ve alışveriş merkezleri hariç olmak üzere işletmeler, buna onay veren müşterilerin iletişim bilgilerini kaydetmelidir.
- Spor salonları ve yüzme havuzları gibi yerler için sektöre özel düzenlemeler takip edilmelidir. Bu pratikte, enfeksiyon koruma tedbirlerinin daha katı olması anlamına gelmektedir.

Norveç'e giriş - ve varış

- Ana kaide olarak tüm yolcular Norveç'e girişten önce kayıt yaptırmak zorundadır.
- Ana kaide olarak tüm yolcular Norveç'e geldiklerinde test yaptırmak zorundadırlar.
- Doğrulanabilir bir korona sertifikası ile tam aşıllı olduklarını veya son 6 ay içerisinde Covid-19 geçirdiklerini belgeleyemeyen yolcular, ana kaide olarak Norveç'e gelmeden önce test yaptırmak zorundadırlar.

- Karantina zorunluluğu olan bir ÷lkeden gelen ve tam aşılı olduğunu veya son 6 ay içerisinde Covid-19 geçirdiğini doğrulanabilir bir korona sertifikası ile belgeleyemeyen yolcular, ana kaide olarak giriş karantinasında olmak zorundadır.

helsenorge.no adresinde giriş kuralları hakkında daha fazla bilgi edinin

9 Aralık, 16 Aralık ve Ocak ortasındaki önlemlerin derlenmesi (pdf) –
yakında hazır